

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
BEHAVIOR CONTRACT DAN PUNISMENT UNTUK MENGURANGI
PERILAKU KECANDUAN SMARTPHONE PADA PESETA DIDIK
KELAS XI DI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN
PELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh:

RUSWAN NUR

NPM : 1511080296

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2020 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
BEHAVIOR CONTRACT DAN PUNISHMENT UNTUK MENGURANGI
PERILAKU KECANDUAN SMARTPHONE PADA PESETA DIDIK
KELAS XI DI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN
PELAJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan



Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

Pembimbing I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Pembimbing II : Nova Erlina, S.IQ.,M.Ed

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

RADEN INTAN LAMPUNG

1441 H / 2020 M

ABSTRAK

Kecanduan Smartphone adalah suatu problem individu yang dapat menyebabkan kerugian pada diri sendiri dan hilang kontrol, sehingga bermasalah dengan hubungan sosial, keluarga, pendidikan dan pekerjaan. Peserta didik yang kecanduan smarphone biasanya memiliki ciri-ciri merasa senang dengan media sosial, perlu waktu tambahan dalam mencapai kepuasan sewaktu menggunakan media sosial, kurang mampu mengontrol, mengurangi, dan menghentikan penggunaan media sosial, dan merasa gelisah, murung, depresi, dan kurang stabil secara emosi (marah) ketika berusaha mengurangi atau menghentikan penggunaan Smartphone. Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik behavior kontrak dan punishmen dalam mengatasi kecanduan smartphone peserta didik kelas XI IPS 3 di SMA 14 Bandar Lampung. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *preexperimental designs* yang menggunakan pola *one-group pretest-posttest designs*, yang dilaksanakan dengan adanya tes awal (*pretest*), pemberian perlakuan (*treatment*), dan tes akhir (*posttest*). Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung, kemudian didapatkan 9 sampel dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *Behavior Contract* dan *Punishment* untuk mengatasi kecanduan *Smartphone* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil perhitungan *pretest* dan *posttest* menunjukkan perbedaan yang signifikan, dapat dilihat dari hasil *pretest* yaitu **102,3** dan hasil *posttest* mengalami penurunan menjadi **39,6**. Selain itu nilai hasil uji Wilcoxon *asympt.sig.*(2-tailed) = 0,008 < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik behavior contract dan punishment berpengaruh untuk menangani peserta didik yang memiliki kecanduan *Smartphone*.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Teknik *Behavior Contract* dan *Punishment*, Kecanduan *Smartphone*.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ruswan Nur

NPM : 1511080296

Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT DAN PUNISHMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU KECANDUAN SMARTPHONE PADA PESETA DIDIK KELAS XI DI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020”** adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung,2020
Penulis,

Ruswan Nur
NPM. 1511080296



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukaramo, Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT DAN
PUNISHMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU
KECANDUAN SMARTPHONE PADA PESETA DIDIK
KELAS XI DI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Nama : Ruswan Nur

NPM : 1511080296

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

**Untuk dimunaqosyahkan dan dapat dipertahankan dalam sidang munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

Pembimbing I

Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

NIP. 196104011981031003

Pembimbing II

Nova Erlina, S.IQ, M.Ed

NIP. 197811142009122003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd

NIP. 196706221994032200



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

PENGESAHAN

**Skripsi dengan judul: PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT DAN PUNISHMENT
UNTUK MENGURANGI PERILAKU KECANDUAN SMARTPHONE
PADA PESETA DIDIK KELAS XI DI SMA NEGERI 14 BANDAR
LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

**Nama: Ruswan Nur, NPM: 1511080296, program studi Bimbingan dan
Konseling Pendidikan Islam, telah diujikan dalam sidang Munaqosyah di
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal
Rabu 11 November 2020.**

TIM PENGUJI MUNAQOSYAH

Ketua

: Dr. Rumadani Sagala, M.Ag

(.....)

Sekretaris

: Mega Aria Monica, M.Pd

(.....)

Pembahas Utama

: Dr. Laila Maharani, M.Pd

(.....)

Penguji I

: Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

(.....)

Penguji II

: Nova Erlina, S.IQ, M.Ed

(.....)

**Mengesahkan,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



Prof. Dr. H. Arva Diana, M.Pd
NIP. 196408281988032002

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَحْرِمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ

الْمُعْتَدِينَ

*Artinya: Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu haramkan apa-apa yang baik yang telah Allah halalkan bagi kamu, dan jangan lah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas. (Qs. Almaidah. Ayat 87)*¹



¹ Departemen Agama RI Al-Qur'an dan terjemah (Bandung PT. Sygna Examedia Arkanleema,2007),h.123

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya skripsi ini yang kupersembahkan untuk orang-orang yang paling berharga dari apapun yang ada didunia ini:

1. Kedua orang tuaku tercinta, Ayahanda Lekat Rizani dan Ibunda Erma Sari, tak lebih hanya sebuah karya sederhana yang bisa kupersembahkan untuk mengukir senyum diwajah Ibu dan Ayah yang selalu mendoakan dan membuatku termotivasi dengan kerja keras ayah dan ibu, setetes keringatpun tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan.

2. Alamamater Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



RIWAYAT HIDUP

Ruswan Nur, dilahirkan di Bahway pada tanggal 18 April 1997, anak kedua dari pasangan (Lekat Rizani) dan (Erma Sari). Pendidikan dimulai SD Negeri 01 Bah Wai selsai pada tahun 2008, SMP Negeri 04 Liwa selesai pada tahun 2011, SMK Negeri 1 Liwa selesai pada tahun 2015, dan mengikuti pendidikan tingkat perguruan tinggi pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung dimulai pada semester 1 Tahun Akademik 2018/2019. Selama menjadi mahasiswi, tidak aktif diberbagai kegiatan intra maupun ekstra Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Bandar Lampung,2020
Yang membuat,

Ruswan Nur
NPM. 1511080296

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang dianantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti. Skripsi dengan judul **“PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT DAN PUNISHMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU KECANDUAN SMARTPHONE PADA PESETA DIDIK KELAS XI DI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020”** adalah salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IN Raden Intan Lampung.

Dengan kerendahan hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan namun berkat bantuan, bimbingan, dorongan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam.

3. Rahma Diani, M.Pd selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam.
4. Drs. H. BadrulKamil, M.Pd.I selaku pembimbing I dan Nova Erlina, S.IQ.,M.Ed selaku pembimbing II, terimakasih atas kesedian Ibu meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan senantiasa sabar dan memberi masukan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
6. Kepala sekolah, dewan guru dan para peserta didik SMA N 14 Bandar Lampung yang telah bersedia membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
7. Kakak Kandung Kesuma Dewi yang selalu mendukung, mendoakan penulis untuk menyelesaikan skripsi.
8. Teman seperjuangan dan rekan-rekan Bimbingan Konselig Pendidikan Islam angkatan 2015. Terimakasih untuk semua hal yang telah kita lalui dan kita lakukan bersama-sama selama beberapa tahun ini.
9. Teman seperjuangan Hendriyansyah, Agung Widodo, dan Eko Ristio yang telah menyupport penulis dalam segala hal terimakasih semuanya.
10. Semua pihak yang telah membantu yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terimakasih banyak atas semuanya.

Semoga segala bimbingan dan bantuan serta perhatian yang telah diberikanmendapat balasan dari Allah SWT, amiiin. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dan akhir kata penulis berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua, amiiin. Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandar Lampung, September 2020
Penulis,

Ruswan Nur
NPM. 1511080296



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A.Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Rumusan Masalah	6
D. Batasan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok	9
1. Pengertian Konseling Kelompok	9
2. Manfaat Konseling Kelompok	11
3.Tujuan Layanan Konseling Kelompok	12
4. Asas asas Layanan Konseling Kelompok	14
5. Fungsi Layanan Konseling Kelompok	15
6. Komponen Layanan Konseling Kelompok	16
7. Ciri-ciri Ketua Kelompok yang baik	17
8. Keterampilan yang perlu di kuasai ketua kelompok	17
9. Tahap Konseling Kelompok	18

10. Proses Pelaksanaan Konseling kelompok	19
11. Keunggulan dan keterbatasan konseling kelompok	20
B. Teknik Behavior Contrak	22
1. Pengertian Behavior Contrak	22
2. Syarat dalam Menetapkan Kontrak Prilaku	24
3. Prinsip dasar konseling Behavior Contrak	24
4. Tujuan Konseling Behavior Contrak	26
5. Manfaat Konseling Behavior Contrak	27
6. Langkah-Langkah Konseling Behavior Contrak	27
7. Kelebihan dan Kekurangan Konseling Behavior Contrak	30
C. Punishment	31
1. Pengertian punishment	31
2. Bentuk-bentuk punishment (hukuman)	33
3. Punishment dalam pendidikan Islam	34
4. Macam-Macam <i>Punishment</i>	37
5. Tujuan Punishment (hukuman)	41
6. Kelebihan dan Kekurangan <i>Punishment</i>	44
D. Kecanduan Smartphone	44
1. Pengertian Kecanduan	44
2. Kriteria Prilaku Kecanduan Smartphone	45
3. Jenis-jenis perilaku kecanduan permainan internet	47
4. Dampak Prilaku Kecanduan Smartphone	48
5. Faktor Penyebab Prilaku Kecanduan Smartphone	53
E. Penelitian yang relevan	54
F. Kerangka Pikir	57
G. Hipotesis	58

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	60
B. Desain penelitian	60

C. Populasi dan Sampel	62
1. Populasi	62
2. Sampel.....	63
D. Definisi Operasional	63
E. Teknik Pengumpulan Data	66
F. Instrumen Penelitian	70
G. Teknik Dan Pengolahan Analisis Data	70
1. Tknik pengolahan data	70
2. Analisi Data.....	72
H. Validitas dan Reliabilitas Penelitian	73
1. Validitas Penelitian	73
2. Reliabilitas Penelitian	74

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	75
1. Gambaran Data Hasil Penelitian	75
a. Layanan Konseling Kelompok dengan teknik behavior contract dan punishment Sesi ke I	77
b. Layanan Konseling kelompok dengan teknik behavior contract dan punishment Sesi ke 2.....	80
c. Layanan Konseling kelompok dengan teknik behavior contract dan <i>Punishment</i> Sesi ke III	81
d. Layanan Konseling kelompok dengan teknik behavior contract dan punishmentsesi ke IV	83
e. Layanan Konseling Klompok dengan teknik behavior contract dan punishment sesi ke V	85
f. Layanan konseling kelompok dengan teknik behavior contract dan punishment sesi ke VI	86
2. Hasil Uji Coba Instrument.....	92
a. Uji Validitas.....	92
b. Uji Reabilitas	95
c. Analisis Data Deskriptif.....	95
3. Uji Hipotesis Wilcoxon	96
B. Pembahasan.....	100

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	105
B.Saran	106



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Permasalahan Kecanduan <i>Smartphone</i> peserta didik SMA Negeri 14 Bandar Lampung.....	4
2. Populasi Siswa Kelas XI	63
3. Kisi-kisi Pengembangan Instrument	64
4. Skor Alternatif Jawaban	69
5. Kriteria Kecanduan Media Sosial.....	70
6. Hasil <i>Pree Test</i> Skala kecanduan <i>Smartphone</i> Peserta Didik Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 14 Bandar Lampung	76
7. Hasil <i>Post Test</i> Kecanduan <i>Smartphone</i> Peserta Didik Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 14 Bandar Lampung	89
8. Hasil <i>Pree Test dan Post Test</i> Kecanduan <i>Smartphone</i> Peserta Didik Kelas XI IPS 3 Sebelum Dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Behavior Contract</i> dan <i>Punishment</i>	90
9. Hasil Perbandingan <i>Pree Test dan Post Test</i> dan Gain Score Kelas Eksperiment	91
10. Uji Validitas Instrumen.....	93
11. Hasil Validitas Instrumen	94
12. Uji Realibilitas Instrumen	95
13. Analisis Data Deskriptif.....	96
14. Uji Wilcoxon.....	97
15. Test Statistics ^a	98

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan salah satu pengguna *smartphone* paling aktif dan terbesar didunia. Menurut survei Litbang Kompas pada Juni 2015 di lima belas kota (di luar Jakarta) dengan 6.000 responden menunjukkan empat dari sepuluh responden mengaku memiliki perangkat ponsel pintar. Sekitar 85% diantaranya aktif mengakses internet via ponsel. Tak kurang dari 61% responden juga mengaku lebih banyak mengakses *smartphone*.¹

Dewasa ini gaya hidup telah mengedepankan hidup yang serba instant. Hal ini dikarenakan perkembangan teknologi yang semakin canggih memungkinkan dicapainya tempat-tempat yang tadi nya jauh dan mustahil untuk ditempuh dalam waktu yang sangat singkat, demikian pula teknologi yang demikian itu memungkinkan dikirimnya berita-berita dengan amat cepat, jelas dan lengkap.² Khusus nya perkembangan internet yang begitu pesatnya seolah-olah internet tidak dapat dipisahkan dari kehidupan, tidak terkecuali dalam dunia pendidikan dan peserta didik.

¹ Suwardiman, "Polaritas netizen amati pemerintah" (On-Line), Tersedia di <http://www.batukarinfo.com/news/polarisasi-netizen-amati-pemerintahan>. Di akses 8 Februari 2018 jam 02.56

² Prayitno Erman amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta, Rineka Cipta, 2009.h.5

Al-quran mengajarkan kepada umat manusia bahwa ,untuk tidak berlebihan terhadap sesuatu. Karena Allah SWT tidak menyukai sesuatu yang berlebihan. Sesuatu yang berlebihan itu tidak baik. Seperti kandungan surat Al-maidah ayat 87 berikut :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ
الْمُعْتَدِينَ

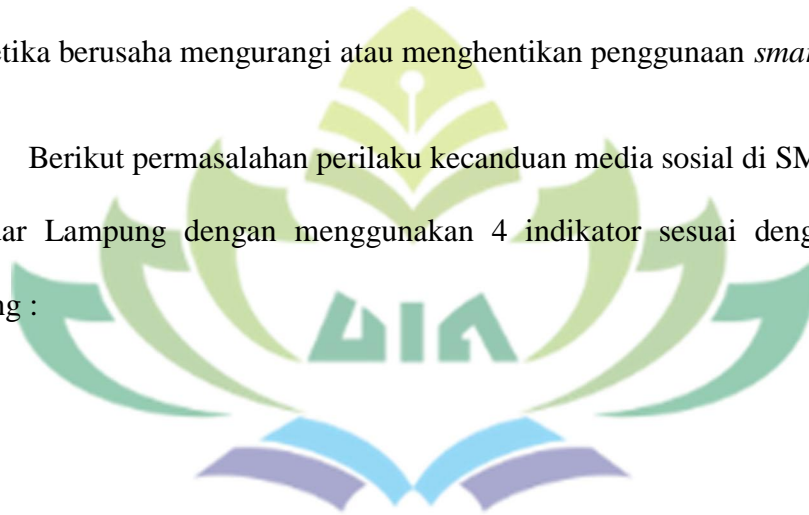
Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu haramkan apa-apa yang batas. baik yang telah allah halalkan bagi kamu, dan jangan lah kamu melampaui Sesungguhnya allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas

Pesan utama dalam ayat tersebut merupakan peringatan bagi seluruh umat islam didunia untuk tidak melakukan sesuatu secara berlebihan atau sampai melampaui batas bisa jadi sesuatu hal tersebut bersifat halal dan boleh saja dilakukan dan karena kita melakukan nya secara berlebihan dan melampaui batas sehingga diharamkan oleh Allah karna akan merusak diri kita bahkan bisa jadi orang lain. Dalam hal ini ialah *smartphone*, dimana *smartphone* sangat bermanfaat di zaman sekarang ini baik untuk berkomunikasi jarak jauh dan bisa dengan cepat mendapatkan informasi-informasi dari kejadian yang sedang berlangsung dan jika penggunaannya sudah melampaui batas akan mengakibatkan kecanduan dan dapat membahayakan diri sendiri dengan dampak-dampaknya dan hal ini yang tidak sukai Allah SWT sehingga diharamkan jika sudah melampaui batas sesuai dengan ayat tersebut. Lakukanlah

sesuatu dengan sewajarnya sesuai pada porsinya. Adapun pecandu internet atau sosial media menurut Young dapat digolongkan sebagai berikut:

1. merasa senang dengan *smartphone*.
2. perlu waktu tambahan dalam mencapai kepuasan sewaktu menggunakan *smartphone*.
3. kurang mampu mengontrol, mengurangi, dan menghentikan penggunaan *smartphone*.
4. merasa gelisah, murung, depresi, dan kurang stabil secara emosi (marah) ketika berusaha mengurangi atau menghentikan penggunaan *smartphone*.³

Berikut permasalahan perilaku kecanduan media sosial di SMA Negeri 14 Bandar Lampung dengan menggunakan 4 indikator sesuai dengan pendapat Young :



³ Soetjipto, "Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet," Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada 32, no. 2 (2005): 74–91.h.78

Tabel 1
Permasalahan Kecanduan *Smartphone* peserta didik SMA Negeri 14
Bandar Lampung

No	Inisial Peserta Didik	Masalah Perilaku Kecanduan Media Sosial Peserta Didik			
		Senang dengan smartphone	Perlu waktu tambahan	Kurang mampu mengontrol, mengurangi dan menghentikan	Merasa gelisah, murung, depresi
1	PD01	✓	✓	✓	-
	PD02	✓	✓	-	✓
3	PD03	✓	✓	-	-
4	PD04	✓	✓	-	-
5	PD05	✓	-	✓	✓
6	PD06	-	✓	✓	-
7	PD07	✓	✓	-	✓
8	PD08	✓	-	✓	-
9	PD09	✓	✓	✓	✓
		8	7	5	4

Sumber data : hasil wawancara guru bimbingan dan konseling

Berdasarkan tabel 1 tersebut,terdapat 9 peserta didik dikategorikan termasuk kecanduan *smartphone*,dengan 8 peserta didik merasa senang dengan internet,7 peserta didik memerlukan waktu tambahan,5 peserta didik kurang mampu mengontrol,4 peserta didik merasa gelisah jika tidak menggunakan *smartphone*

Hal ini diperkuat dengan wawancara terhadap guru BK SMA 14 Bandar Lampung Ibu Evi Istiqomah pada saat penulis melakukan pra penelitian mengenai masalah penggunaan *smartphone* secara berlebihan pada peserta didik sudah dilaksanakn penanganan namun belum efektif, ada beberapa penanganan yang sudah diberikan seperti pemberian nasehat, sangsi sampai pemanggilan orang tua kesekolah, namun belum ada perubahan yang signifikan, hal ini juga didukung dengan kurangnya waktu untuk membimbing peserta didik di sekolah.⁴

Dan berdasarkan hasil observasi kelas XI SMA NEGERI 14 Bandar Lampung terdapat pesrta didik yang mengantuk pada saat jam pelajaran berlangsung tidak mengerjakan tugas ada juga yang mengerjakan PR di sekolah, mata lebam atau terlihat merah.⁵

Dari uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai penggunaan *smartphone* secara berlebihan untuk menghilangkan setidaknya mengurangi penggunaan *smartphone* secara berlebihan di SMA Negeri 14 Bandar Lampung dengan judul “pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dan *punishment* untuk mengatasi kecanduan *smartphone* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020”.

B. Identifikasi Masalah

⁴ Hasil wawancara dengan guru BK SMA 14 Bandar Lampung Tgl 07 Oktober 2019

⁵ Hasil observasi dengan peserta didik kelas XI SMA 14 Bandar Lampung tgl 07 oktober 2019

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, adapun identifikasi masalah yang ada adalah sebagai berikut :

1. Terindikasi 9 peserta didik yang berperilaku kecanduan atau ketergantungan pada *smartphone*.
2. Terindikasi Masih rendahnya pengetahuan peserta didik terkait dengan bahaya kecanduan *smartphone*.
3. Kurang optimal nya pelaksanaan pendekatan koseling untuk menangani permasalahan perilaku kecanduan *smartphone*.
4. Perlunya melakukan layanan konseling behavior contract untuk mengatasi perilaku kecanduan *smartphone*.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang ada, maka rumusan masalahnya ialah sebagai berikut: "Apakah Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Behavior Contract* dan *punishment* berpengaruh untuk mengurangi kecanduan *Smartphone* di Sma Negeri 14 Bandar lampung tahun pelajaran 2019/2020"

D. Batasan Masalah

Untuk menghindari meluasnya masalah sehingga pembahasan dapat fokus dan mencapai apa yang diharapkan maka, berdasarkan identifikasi masalah diatas pembatasan masalah dalam penelitian ini yang berjudul "pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *behavior contract* dan *punishment* untuk

mengatasi kecanduan *smartphone* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020” hanya meneliti kelas XI IPS 5.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan penelitian

- a. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Konseling kelompok dengan tehnik *Behavior Contract* dan *punishment* dalam mengurangi perilaku kecanduan sosial-media.
- b. Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk mengurangi perilaku kecanduan *smartphone* peserta didik sesudah mendapatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *Behaviour Contract* dan *punishment*.

E. Manfaat Penelitian

Ada beberapa manfaat penelitian yang dilaksanakan, antara lain:

a. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan positif bagi sekolah, khususnya dalam menangani gangguan kecanduan *smartphone* peserta didik melalui layanan konseling kelompok dengan tehnik *behavior contract* dan *punishment*.

b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan sebagai bahan masukan guna perbaikan dalam rangka penerapan program bimbingan dan konseling agar tercipta tujuan dari pada program guru bimbingan dan konseling yang telah dan akan dirumuskan.

c. Bagi Penulis

Dapat mengetahui sejauh mana pengaruh konseling kelompok dengan tehnik *behavior contract* dan *punishment* tersebut dalam menurunkan perilaku kecanduan *smartphone* kepada peserta didik.

d. Bagi orang tua

Dengan adanya penelitian ini orang tua peserta didik dapat mengetahui kegiatan apa saja yang dilakukan oleh anaknya pada saat diluar rumah dan di sekolah, sehingga orang tua juga turut mengawasi kegiatan-kegiatan yang dilakukan anaknya.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Secara etimologis, konseling berasal dari kata *counsel* diambil dari bahasa latin yaitu *counselium* artinya “bersama” atau “bicara bersama-sama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”.⁶

Counseling dalam kamus bahasa inggris berkaitan dengan kata *Counsel*, yang memiliki arti: nasihat (*to obtain counsel*); anjuran (*to give counsel*); pembicaraan (*to ask counsel*). Dengan demikian, *counseling* dapat diartikan sebagai pemberian nasihat, pemberian anjuran, dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.⁷ Maka pengertian konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan dengan tatap muka atau wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu (klien) yang sedang mengalami suatu permasalahan yang diharapkan pada hasil akhirnya yaitu teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Konseling kelompok secara umum adalah proses pemberian bantuan kepada sekelompok peserta didik baik dengan jumlah yang sudah ditentukan maupun yang sudah terbentuk apa adanya. Konseling kelompok menurut

⁶ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), h. 99

⁷ Winkel, W.S dan M.M. Srihastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Yogyakarta: Media Abadi, 2007), h. 34

Sukardi adalah suatu teknik layanan konseling yang diberikan oleh pembimbing kepada sekelompok peserta didik dengan tujuan untuk membantu sekelompok peserta didik yang sedang mengalami permasalahan belajarnya dengan menempatkan dirinya didalam suatu kehidupan atau kegiatan kelompok yang sesuai.⁸

“Menurut Winkel, konseling kelompok merupakan proses pemberian bantuan kepada orang lain memahami dirinya dan lingkungan yang mempunyai tujuan untuk dicapai bersama, berinteraksi dan berkomunikasi secara intensif satu sama lain pada waktu berkumpul, saling tergantung pada proses kerjasama dan mendapatkan keputusan pribadi dari interaksi psikologis dengan seluruh anggota yang tergabung dalam suatu satuan”.⁹

“Sementara Gazda dalam Namora Lumongga Lubis, berpendapat bahwa konseling kelompok adalah hubungan beberapa konselor dengan klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. Ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini memiliki tujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya”.¹⁰

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang profesional yang disebut konselor kepada individu atau klien melalui

⁸ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: Rieneka Cipta, 2008), h. 68.

⁹ Winkel HS Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Yogyakarta: Media Abadi, 2006), h. 548

¹⁰ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011) h. 198

dinamika kelompok dengan wawancara atau bertatap muka untuk membahas suatu pokok permasalahan yang dihadapi individu secara bersama-sama agar klien dapat mandiri, mengembangkan kemampuan dirinya dalam mempertimbangkan segala keputusan atau tindakan tertentu.

2. Manfaat Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki beberapa manfaat untuk bagi peserta didik antara lain :

- a. Membantu mengatasi masalah baik yang disadari maupun tidak disadari oleh peserta didik secara kelompok.
- b. Membantu peserta didik agar berkembang menjadi pribadi yang mandiri, bertanggungjawab, kreatif, produktif, dan berperilaku jujur.
- c. Membantu meringankan beban mental peserta didik dalam belajar.
- d. Membantu peserta didik untuk memahami diri dan lingkungannya.
- e. Membantu mencegah atau menghindarkan diri dari berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan dirinya.
- f. Membantu mengembangkan kemampuan berkomunikasi, menerima atau menyampaikan pendapat, bertindak laku dan hubungan sosial baik di rumah, sekolah maupun masyarakat.
- g. Membantu untuk mencari dan menggali informasi tentang karir, dunia kerja dan prospek masa depan peserta didik.¹¹

¹¹ *Ibid.* h. 128-129

Empat ciri utama konseling kelompok yaitu :

- a. Memberi fokus penyampaian kepada peserta didik tentang adanya proses konseling kelompok
- b. Pertanyaan terbuka dan menjelaskan tentang pengertian bimbingan dan konseling kelompok
- c. Menjelaskan kepada peserta didik tentang tujuan yang hendak dicapai dari kegiatan bimbingan dan konseling kelompok
- d. Menjelaskan kepada peserta didik kegunaan dari layanan konseling kelompok.¹²

Menurut Meyer dan Smith, melalui penelitiannya membuktikan bahwa kurangnya kepercayaan anggota tentang kerahasiaan itu akan mengurangi sikap keterbukaan para anggota.¹³ Jadi dalam pelaksanaan konseling perlu penekanan mengenai adanya asas kerahasiaan agar para anggota kelompok dapat dipercaya dan bersedia untuk terbuka.

3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Kehidupan kelompok dalam hidup seseorang memiliki peranan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan dari hubungan konseling ini ialah terjadinya perubahan pada tingkah laku klien. Konselor memusatkan perhatiannya pada klien dengan mencurahkan segala daya dan upayanya demi perubahan pada diri klien, yaitu perubahan yang mengarah pada yang lebih baik serta dapat

¹² *Ibid.* h. 141-143

¹³ *Ibid.* h. 313

teratasinya masalah yang dihadapi. Sedangkan pelaksanaan konseling kelompok adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri, memelihara diri, berfikir positif, mampu berkomunikasi dengan baik, memiliki penampilan yang lebih baik serta memiliki ketegasan diri.

Kemudian menurut Dewa Ketut Sukardi, tujuan konseling kelompok adalah:

1. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak atau melatih anggota kelompok agar mampu berkomunikasi dengan baik
2. Melatih anggota kelompok agar dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya. Maksudnya adalah, untuk melatih anggota kelompok untuk memiliki rasa empati dan menjaga hubungan yang hermonis dengan anggota kelompoknya
3. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok
4. Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok, maksudnya adalah membantu klien dalam menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi oleh para anggota kelompok.¹⁴

Melalui layanan konseling kelompok ini diharapkan dapat membantu peserta didik dapat mandiri dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya serta untuk perubahan tingkah laku. Jadi dapat disimpulkan bahwa tujuan layanan konseling kelompok sangat dibutuhkan dalam menyelesaikan masalah

¹⁴ Dewa Ketut Sukardi, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008) h. 49-50

individu atau kelompok, baik dalam keluarga, masyarakat atau yang berkaitan dengan harga diri dalam hubungan sosial peserta didik.

4. Asas-asas dalam Layanan Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok terdapat sejumlah asas-asas yang harus diperhatikan, asas tersebut sebagai berikut:

a) Asas Kerahasiaan

Asas ini memegang peran penting dalam layanan konseling kelompok, karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua pembicaraan maupun tindakan yang ada dalam konseling kelompok.

b) Asas Kesukarelaan

Ini adalah mengenai kehadiran, pendapat serta tanggapan dari anggota kelompok bersifat sukarela tanpa adanya paksaan.

c) Asas Keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangatlah diperlukan, karena jika keterbukaan tidak muncul maka akan terdapat keraguan dan kekhawatiran, selain itu juga ketua kelompok akan sulit dalam memahami masalah anggota kelompok.

d) Asas Kegiatan

Hasil kegiatan kelompok tidak akan berarti bila anggota kelompok yang dibimbing tidak melakukan kegiatan untuk mencapai tujuan-tujuan kegiatan.

e) Asas Kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok ini, setiap anggota kelompok harus mampu menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin menyampaikan pendapat maka anggota kelompok yang lain harus mempersilakannya. Dalam hal ini termasuk dalam norma social.

f) Asas Kekinian

Masalah yang dibahas dalam konseling kelompok ini harus bersifat sekarang. Maksudnya adalah masalah yang sedang dihadapi atau dialami saat ini.¹⁵

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada enam asas dalam layanan konseling kelompok yang sangat berperan penting dalam proses pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* yaitu asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan, kenormatifan dan kekinian.

5. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki dua fungsi, yaitu fungsi kuratif dan fungsi preventif. Fungsi kuratif yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu, sedangkan fungsi preventif yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu.

¹⁵ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), h. 114-119

Juntika Nurihsan mengatakan “bahwa konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Konseling kelompok bersifat pencegahan maksudnya yaitu individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar dimasyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran komunikasi dengan orang lain. Sedangkan, konseling bersifat penyembuhan yaitu membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya. Maksudnya adalah penyembuhan bukan persepsi pada individu yang sakit, karena pada prinsipnya, objek konseling adalah individu yang normal, bukan individu yang sakit secara psikologisnya”.¹⁶

6. Komponen Layanan Konseling Kelompok

Komponen-komponen yang terdapat pada layanan konseling kelompok adalah pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

a. Pemimpin Kelompok

Menurut Prayitno, pemimpin kelompok adalah seseorang yang mampu menciptakan suasana sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah mereka sendiri.¹⁷ Dalam hal ini, pemimpin kelompok adalah seorang konselor, konselor memiliki keterampilan khusus untuk menyelenggarakan layanan konseling kelompok.

b. Anggota Kelompok

¹⁶ Siti Wahyuni Siregar, *Konsep Dasar Konseling Kelompok*, (Dosen Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidempuan, Vol. V, No. 1, Juni 2018), H. 74-75

¹⁷ *Ibid*, h. 39

Anggota kelompok juga sangat menentukan keberhasilan tujuan proses bimbingan dan konseling. Terdapat berbagai macam karakteristik konseli dalam konseling kelompok. Konselor harus peka terhadap karakteristik konseli seperti apakah yang sesuai dengan konseling kelompok, atau bagaimana menyatukan konseli agar kompak untuk memberikan respon atau umpan balik yang positif.

7. Ciri-ciri Ketua Kelompok Yang Baik

Ketua kelompok merupakan seorang individu yang berperan penting dalam kelompok. Berikut ciri-cirinya :

- a. Mempunyai kemahiran komunikasi yang baik
- b. Memiliki sikap terbuka
- c. Ikhlas
- d. Ramah
- e. Tidak mudah menilai
- f. Tenang
- g. Mengenalkan sikap penerimaan
- h. Dapat menerima pendapat dari orang lain dengan mudah
- i. Bersedia menerima teguran dari ahli.

8. Keterampilan Yang Perlu dikuasai Ketua Kelompok

Corey menegaskan, tanpa keterampilan dan latihan yang mencukupi, seseorang tidak mungkin dapat menjadi seorang kelompok yang berkesan. Keterampilan tersebut adalah sebagai berikut : (a) Mendengar; (b) Dorongan minimum; (c) Parafrasa; (d) Membuat penjelasan; (d) Pertanyaan terbuka

tertutup; (e) Memberi fokus dan menyatukan ide; (f) Penafsiran atau interpretasi; (g) Konfrontasi; (h) Menghalangi atau blocking; (i) Merumuskan; (i) Mengakhiri.¹⁸

9. Tahap Konseling Kelompok

Dalam pelaksanaannya, konseling kelompok memiliki empat tahap. Empat tahap tersebut menurut Prayitno adalah:

a. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan dan pelibatan dari tujuan anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok, menumbuhkan suasana kelompok, dan saling tumbuhnya minat antar anggota kelompok.

b. Tahap Peralihan

Merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya. Semakin baik suasana kelompok maka akan semakin baik pula minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Tahap ini bertujuan untuk membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas. pada tahap ini pemimpin kelompok mengumumkan suatu masalah atau topik tanya jawab

¹⁸ Salleh, Zuria Mahmud, Saleh Amat, *Bimbingan dan Konseling Disekolah* (Kuala Lumpur, Malaysia, Watan SDN.BHD, 2006), h. 132-145

antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang menyangkut masalah atau topik secara tuntas dan mendalam.

d. Tahap Pengakhiran

Merupakan penilaian dan tinjau lanjut, agar adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah tercapai, dikemukakan secara mendalam dan tuntas, agar terumuskan rasa kebersamaan meskipun kegiatan telah diakhiri. Pada tahap ini pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota mengemukakan kesan dan hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, dan mengemukakan perasaan dan harapan.¹⁹

10. Proses Pelaksanaan Konseling Kelompok

Konseling kelompok sebagai salah satu layanan bimbingan dan konseling memiliki berbagai tahapan dalam proses pelaksanaannya. Tahapan pada konseling kelompok menjadi satu kesatuan, dimana kegiatan yang satu dengan yang lainnya merupakan kegiatan yang utuh, dan dalam praktiknya tidak dibatasi oleh jeda waktu.

Suatu kelompok yang sukses dihasilkan dari perencanaan yang cermat dan terperinci. Perencanaan tersebut meliputi tujuan, dasar pembentukan kelompok, dan kelompok yang menjadi anggota, lama waktu, frekuensi dan

¹⁹ *Ibid.* h. 28-30

lama waktu pertemuan, struktur dan format kelompok, metode, prosedur dan evaluasi.

Layanan konseling kelompok tidak selalu efektif bagi untuk semua orang. Ada beberapa kondisi anggota yang perlu diperhatikan sehingga kelompok tidak direkomendasikan. Suatu kelompok yang homogen atau lebih fungsional dibandingkan dengan kelompok heterogen. Dalam pembentukan kelompok terdapat beberapa hal yang harus dilakukan agar terjalin kerjasama yang baik adalah sebagai berikut : (a) memilih anggota kelompok; (b) menentukan jumlah peserta; (c) frekuensi dan lama pertemuan; (d) jangka waktu pertemuan kelompok; (e) tempat pertemuan; (f) kelompok terbuka dan kelompok tertutup; (g) kehadiran anggota kelompok; (h) sukarela atau terpaksa.

11. Keunggulan Dan Keterbatasan Konseling Kelompok

Pemanfaatan suasana kelompok dalam konseling dapat menyediakan nilai-nilai terapeutik yang sulit, atau sebagainya, bahkan tak mungkin disediakan melalui konseling individu. Namun disisi lain, konseling kelompok memiliki beberapa keterbatasan. Pemahaman akan keunggulan dan keterbatasan konseling kelompok ini bisa dijadikan sebagai salah satu pertimbangan untuk menentukan kapan dan untuk apa sebaiknya teknik konseling kelompok ini digunakan.

a.Keunggulan Konseling Kelompok

Ada beberapa kelebihan atau keuntungan yang dapat diperoleh konseli melalui konseling kelompok seperti yang dikemukakan Hought dan dikutip Namora dalam buku Memahami Bimbingan dan Konseling diantaranya adalah:

- 1) Konseling kelompok menerapkan pendekatan yang menjalin hubungan perasaan sebagai sebuah kelompok dalam masyarakat yang sudah saling terasing dan tidak memiliki aturan yang jelas.
- 2) Kelompok juga saling memberi dukungan dalam menghadapi masalah yang dihadapi setiap orang
- 3) Kelompok dapat memberikan kesempatan untuk belajar antara satu sama lain
- 4) Kelompok dapat menjadi motivator bagi masing-masing konseli.
- 5) Anggota-anggota kelompok yang ada dapat saling membantu dengan menjadi *buddy* (pasangan yang selalu dapat memberikan pertolongan dan bersedia membantu) dan juga dapat menjadi mentor kepada anggota kelompok lain.

b. Keterbatasan Konseling Kelompok

Sedangkan keterbatasan konseling kelompok yang ditulis Latipun adalah:

- 1) Konseli perlu menjalani konseling individu terlebih dahulu sebelum mengikuti layanan konseling kelompok. Karena apabila dilakukan, ia akan mengalami kesulitan untuk langsung bergabung dengan anggota kelompok.

- 2) Konselor harus memberikan perhatian secara adil pada semua anggota kelompok. Dan hal ini bukanlah sesuatu yang mudah untuk dilakukan
- 3) Kelompok dapat bubar seketika karena masalah dalam proses kelompok
- 4) Konseli yang sulit mempercayai orang lain akan berpengaruh negatif pada situasi konseling secara keseluruhan.²⁰

B. Teknik Behavior Contract

1. Pengertian Behavior Contract

Kontrak perilaku merupakan kesepakatan atau perjanjian baik lisan maupun tertulis yang telah disetujui antara dua pihak (anak dan guru) atau lebih untuk mengubah perilaku tertentu pada diri anak dengan memberikan penghargaan atas perubahan perilaku tersebut. Komponen – komponen *Behavior Contract*

- a. Mengidentifikasi perilaku yang akan di modifikasi
- b. Mendiskusikan ide kontrak perilaku.
- c. Mengembangkan kontrak dan menyodorkannya kepada semua pihak yang terlibat.
 - 1) Nama konseli
 - 2) Perilaku spesifik yang akan di rubah
 - 3) Bagaimana anda akan tahu kapan konseli akan berhasil

²⁰ *Ibid.* h. 87-88

- 4) Reinforcement untuk kinerja yang sukses
 - 5) Konsekuensi wajar untuk ketidakpatuhan
 - 6) Sebuah klausa bonus
 - 7) Tindak lanjut (waktu dan tanggal)
 - 8) Tanda tangan
- d. Garis besar prosedur tindak lanjut
 - e. Menginisiasi programnya
 - f. Mencatat kemajuan dan mengevaluasi hasil-hasil
 - g. Memodifikasi bila perlu.²¹

Menurut Lutfi Fauzan Ada empat asumsi dasar bagi pemberdayaan kontrak untuk pengembangan pribadi :

- a. Menerima *reinforcement* adalah hal istimewa dalam hubungan interpersonal, dalam arti, seseorang mendapat kenikmatan atas persetujuan orang lain.
- b. Perjanjian hubungan interpersonal yang efektif diatur oleh norma saling membalas. Ini berarti setiap orang mempunyai hak dan kewajiban untuk membalas hadiah.
- c. Nilai pertukaran interpersonal merupakan fungsi langsung dari kecepatan, rentangan, dan besaran reinforcement positif yang diperantarai oleh pertukaran itu. Memaksimalkan pemberian reinforcement positif memungkinkan untuk memperoleh reinforcement yang lebih besar.

²¹ Bradley T. Erford, Op.cit .h.408

d. Aturan-aturan tetap memberikan kebebasan dalam pertukaran interpersonal.

Meskipun aturan (dalam kontrak) membatasi perilaku, tetapi tetap memberikan kebebasan pada individu untuk mengambil keuntungan.²²

2. Syarat-syarat dalam memantapkan kontrak perilaku

Adapun syarat-syarat dalam memantapkan kontrak perilaku adalah :

- a. Terdapat batasan cermat mengenai masalah konseli, situasi dimana masalah itu muncul, dan Kesiapan konseli untuk mencoba suatu prosedur.
- b. Selain itu tugas mereka perlu dirinci, dan criteria sukses disebutkan serta reinforcement-nya ditentukan. Kalau semua itu ada, kontrak akan dapat dimantapkan melalui reinforcement yang cukup dekat dengan tugas dan kriterium yang diharapkan.²³

3. Prinsip Dasar Konseling *Behavior Contract*

Menurut Gantina, prinsip dasar kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a) Kontrak disertai dengan penguatan
- b) Reinforcement diberikan dengan segera
- c) Kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati antara konseli dan konselor
- d) Kontrak harus fair jelas dan terbuka
- e) Kontrak harus jelas (target tingkah laku, frekuensi, lamanya kontrak)

²² Maharani "Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Di Kelas Viii Smp Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018" (Skripsi Mahasiswa BK UIN Raden Intan Lampung 2017), hlm 33

²³ Fauzan., "Kontrak Perilaku". Dalam <http://lutfifauzan.wordpress.com/2009/08/09/kontrak-perilaku> di akses: (pada tanggal 09 Maret 2018 jam 06.45 WIB)

f) Kontrak dilaksanakan secara terintegrasi dengan program sekolah²⁴

Menguraikan sistem perjanjian yang dibuat antara anak dengan guru, meliputi:

- a. Perjanjian adalah persetujuan saling menguntungkan antara pendidik dan anak serta hasil negosiasi di antara keduanya.
- b. Proses negosiasi menghasilkan komitmen pada kedua belah pihak. Anak berjanji untuk melaksanakan tugasnya, pendidik berjanji untuk memberinya sesuatu.
- c. Komitmen adalah bentuk tertulis walaupun perjanjian dapat berupa lisan. Alasan suatu perjanjian harus tertulis yaitu mencegah adanya salah pengertian pada waktu mendatang. Dengan demikian, kedua belah pihak diberikan salinan dari surat perjanjian tersebut.
- d. Perjanjian harus konkrit dan spesifik sehingga semua tindakan yang disebutkan dalam perjanjian tersebut dapat diamati dan dihitung. Hindari butir-butir yang kurang jelas sehingga tidak terjadi salah pengertian antara pendidik dan anak.
- e. Perjanjian harus bersifat positif di mana anak setuju untuk melakukan sesuatu. Dengan membuat perjanjian maka lebih mudah untuk mendapatkan motivasi dan kerjasama.

²⁴ Chalimi., "Implementasi Teknik Behavior Contract Untuk Memotivasi Siswa Dalam Penyelesaian Pekerjaan Rumah (Pr) Di Madrasah Tsanawiyah Negeri (Mtsn) Pilangkenceng Madiun". *Procedia- jurnal pendidikan*, Vol 7 No 1. 2017. h.83

- f. Perjanjian harus adil di mana kedua belah pihak harus puas atas keputusan bersama yang diambil.
- g. Perjanjian harus dirancang agar berhasil. Artinya pendidik jangan mengharapkan suatu hasil yang sangat baik dari anak. Jika ada salah satu pihak yang gagal memenuhi perjanjian tersebut, maka dapat dikatakan bahwa ada sesuatu yang salah secara psikologis dari proses negosiasi.
- h. Pendidik dan anak harus belajar bernegosiasi. Hal ini disebabkan karena pendidik memiliki kekuasaan, sehingga pendidik harus belajar untuk menghilangkan kekuasaan tersebut dan mengembangkan seni berkompromi.

4. Tujuan Konseling *Behavior Contract*

Menurut Lutfi Fauzan tujuan kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a) Menciptakan kondisi-kondisi baru bagi belajar (memperoleh tingkah laku baru)
- b) Menghapuskan tingkah laku *maladaptive*
- c) Memperkuat & mempertahankan tingkah laku yang diinginkan
- d) Tujuan utama yaitu meningkatkan pilihan pribadi dan untuk menciptakan kondisi-kondisi baru dalam belajar.²⁵

5. Manfaat Konseling *Behavior Contract* Menurut Downing manfaat dari konseling *Behavior Contract* adalah :

- a. Mengajarkan perilaku yang baru

²⁵ Lutfi Fauzan, Op.Cit. H.26

- b. Mengurangi perilaku yang tidak diinginkan
- c. Dan meningkatkan perilaku yang diharapkan.

6. Langkah-Langkah Konseling *Behavior Contract*

- a. Persiapan, meliputi: kesiapan fisik dan psikis konselor, tempat dan lingkungan sekitar, perlengkapan, pemahaman klien dan waktu.
- b. Rapport, yaitu menjalin hubungan pribadi yang baik antara konselor dan klien sejak permulaan, proses, sampai konseling berakhir, yang ditandai dengan adanya rasa aman, bebas, hangat, saling percaya dan saling menghargai.
- c. Pendekatan masalah, dimana konselor memberikan motivasi kepada klien agar bersedia menceritakan persoalan yang dihadapi dengan bebas dan terbuka.
- d. Pengungkapan, dimana konselor mengadakan pengungkapan untuk mendapatkan kejelasan tentang inti masalah klien dengan mendalam dan mengadakan kesepakatan bersama dalam menentukan masalah inti dan masalah sampingan. Sehingga klien dapat memahami dirinya dan mengadakan perubahan atas sikapnya.
- e. Diagnostik, adalah langkah untuk menetapkan latar belakang atau factor penyebab masalah yang dihadapi klien.
- f. Prognosa, adalah langkah dimana konselor dan klien menyusun rencana rencana pemberian bantuan atau pemecahan masalah yang dihadapi klien.

- g. Treatment, merupakan realisasi dari dari langkah prognosa. Atas dasar kesepakatan antara konselor dengan klien dalam menangani masalah yang dihadapi, klien melaksanakan suatu tindakan untuk mengatasi masalah tersebut, dan konselor memberikan motivasi agar klien dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai kemampuan yang dimilikinya.
- h. Evaluasi dan tindak lanjut, langkah untuk mengetahui keberhasilan dan efektifitas konseling yang telah diberikan. Berdasarkan hasil yang telah dicapai oleh klien, selanjutnya konselor menentukan tindak lanjut secara lebih tepat, yang dapat berupa meneruskan suatu cara yang sedang ditempuh karena telah cocok maupun perlu dengan cara lain yang diperkirakan lebih tepat.²⁶

Menurut Komalasari langkah-langkah yang harus dilakukan dalam pembuatan kontrak perilaku adalah :

- a. Tentukan tingkah laku yang akan diubah.
- b. Analisis tingkah laku yang akan diubah.
- c. Menetapkan penguatan yang akan diberikan setiap kali perubahan perilaku yang diinginkan muncul dan menetap.²⁷

²⁶ Sukardi, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, Rineka Cipta, Jakarta 2008, h. 63

²⁷ Widiastuti Dkk, "Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Penurunan Prokrastinasi Akademik Siswa". Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan. H.3

Maksud dari analisis ABC (*Antecedent, Behavior, Consequence*) yaitu analisis untuk memilih perilaku peserta didik yang akan diubah yang dimulai dari *Antecedent* (pencetus perilaku) kemudian *Behavior* yang berarti perilaku yang dipermasalahkan mencakup tipe tingkah laku, frekuensi perilaku, dan durasi perilaku. Sedangkan *Consequence* merupakan suatu konsekuensi atau akibat dari perilaku tersebut.

Sedangkan Menurut Ratna langkah-langkah dalam pelaksanaan teknik kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a. Pilih satu atau dua perilaku yang dikehendaki
- b. Mendeskripsikan perilaku tersebut (dapat diamati dan dihitung)
- c. Identifikasi ganjaran yang akan mendorong klien untuk melakukan perilaku yang dikehendaki dengan menyediakan menu penguatan (*reinforcing* menu)
- d. Tetapkan orang yang dapat memberikan *reward* atau membantu konselor menjaga berjalannya perilaku yang dikehendaki.
- e. Tulis kontrak secara sistematis dan jelas sehingga pihak yang terlibat dapat memahami isi serta tujuannya
- f. Pengumpulan data
- g. Adanya cara mengatasi ketika data atau perilaku yang dikehendaki tidak muncul.
- h. Tulis kembali kontrak ketika tujuan tidak tercapai
- i. Memonitor perilaku secara continue dan membuat solusi

- j. Pilih perilaku lain yang memungkinkan dapat dilakukan klien mencapai tujuan.²⁸

7. Kelebihan dan Kekurangan Konseling *Behavior Contract*

a. Kelebihan

- 1) Pelaksanaannya yang cukup sederhana.
- 2) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain.
- 3) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung
- 4) melalui perasaan dan sikapnya.
- 5) Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.

b. Kekurangan

- 1) Meskipun sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, ini juga tergantung dari kemampuan individu itu sendiri.
- 2) Bagi konselor yang kurang dapat memberikan reinforcement dengan baik dan hati-hati, pelatihan ini kurang berjalan dengan baik.

²⁸ Malichah , “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behavior Contract Terhadap Pengurangan Perilaku Membolos Siswa Kelas Xii Smk Negeri 4 Semarang Tahun Ajaran 2016/2017*” (Skripsi Mahasiswa BK Universitas Negeri Semarang 2016), hlm 69

C. Punishment

1. Pengertian Punishment

Hukuman menurut bahasa berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata Punishment yang berarti Law (hukuman) atau siksaan”.²⁹ Dalam Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, hukuman memiliki arti peraturan resmi yang menjadi pengatur.³⁰ Sedangkan menurut istilah ada beberapa pendapat yang dikemukakan oleh para ahli pendidikan tentang punishment (hukuman), diantaranya adalah sebagai berikut:

Menurut M. Ngalim Purwanto “punishment (hukuman) adalah penderitaan yang diberikan atau ditimbulkan dengan sengaja oleh seseorang (orang tua, guru, dan sebagainya) sesudah terjadi suatu pelanggaran, kejahatan atau kesalahan³¹

Adapun menurut Ny. Roestiyah N.K. punishment (hukuman) adalah suatu perbuatan yang tidak menyenangkan dari orang yang lebih tinggi kedudukannya untuk pelanggaran dan kejahatan, yang bermaksud untuk memperbaiki kesalahan anak dan bukan untuk mendendam³² Menurut Uyoh Saduloh punishment (hukuman) adalah sesuatu yang diberikan karena anak berbuat kesalahan, anak melanggar suatu aturan yang berlaku, sehingga dengan

²⁹ John M. Echole dan Hasan Shadily, Kamus Inggris Indonesia, (Jakarta: Gramedia, 1996), hal. 456.

³⁰ Ananda S. dan S. Priyanto, Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, (Surabaya: Kartika Putra Press, 2010), hal.196

³¹ M. Ngalim Purwanto, Ilmu Pendidikan Teoretis Dan Praktis, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), hal. 186

³² Ny. Roestiyah N.K., Didaktik/Metodik, (Jakarta: Bina Aksara, 1986), hal. 63.

diberikannya hukuman, anak tidak akan mengulangi kesalahan tersebut, dan hukuman diberikan sebagai suatu pembinaan bagi anak untuk menjadi pribadi susila³³

Sedangkan menurut Alisuf Sabri, punishment (hukuman) adalah tindakan pendidik yang sengaja dan secara sadar diberikan kepada anak didik yang melakukan suatu kesalahan, agar anak didik tersebut menyadari kesalahannya dan berjanji dalam hatinya untuk tidak mengulanginya. Selain itu menurut Ali Imron, punishment (Hukuman) adalah suatu sanksi yang diterima oleh seseorang akibat dari pelanggaran atau aturan-aturan yang telah ditetapkan³⁴

Dari beberapa pendapat di atas, peneliti dapat menarik kesimpulan, bahwa punishment (hukuman) adalah suatu perbuatan yang kurang menyenangkan, yang berupa penderitaan yang diberikan kepada siswa secara sadar dan sengaja, sehingga menimbulkan kesadaran dalam hati siswa untuk tidak mengulangi kesalahannya lagi.

Punishment (hukuman) sebagai alat pendidikan, meskipun mengakibatkan penderitaan (kesusahan) bagi si siswa yang terhukum, namun dapat juga menjadi alat motivasi, alat pendorong untuk mempergiat aktivitas belajar siswa (meningkatkan motivasi dan prestasi belajar siswa). Selain itu, rasa takut yang timbul dari hukuman dapat mempunyai pengaruh yang bermanfaat atas keinginan-keinginan tertentu. Dengan adanya punishment

³³ Uyoh Sadulloh, *Pedagogik (Ilmu Mendidik)*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 124.

³⁴ Alisuf Sabri, *Ilmu Pendidikan*, (Jakarta: Pedomon Ilmu Jaya, 1999), hal. 44.

(hukuman) itu diharapkan supaya siswa dapat menyadari kesalahan yang diperbuatnya, sehingga siswa jadi berhati-hati dalam mengambil tindakan.

2. Bentuk-bentuk punishment (hukuman)

Bentuk-bentuk hukuman lebih kurang dapat dikelompokkan menjadi empat kelompok, yaitu:

- a) Hukuman fisik, misalnya dengan mencubit, menampar, memukul dan lain sebagainya.
- b) Hukuman dengan kata2 atau kalimat yang tidak menyenangkan, seperti omelan, ancaman, kritikan, sindiran, cemoohan, dan lain sebagainya.
- c) Hukuman dalam bentuk kegiatan yang tidak menyenangkan, misalnya hapalan surat2 alqur'an, disuruh berdiri didepan kelas, memungut sampah, dikeluarkan dari kelas, didudukan disamping guru, disuruh menulis kalimat sebanyak2nya.
- d) Hukuman dengan stimulus fisik yang tidak menyenangkan misalnya, menuding, memeloti, mencembruti dan lain sebagainya

2. Punishment dalam pendidikan Islam

teori belajar yang banyak dianut oleh para behaviorist, hukuman (punishment) adalah sebuah cara untuk mengarahkan sebuah tingkah laku agar sesuai dengan tingkah laku yang diharapkan. Dalam hal ini, hukuman diberikan ketika sebuah tingkah laku yang tidak diharapkan ditampilkan oleh orang yang bersangkutan atau orang yang bersangkutan tidak memberikan respon atau tidak menampilkan sebuah tingkah laku yang diharapkan.

Sebagai contoh, di sekolah-sekolah berkelahi adalah sebuah tingkah laku yang tidak diharapkan dan jika tingkah laku ini dilakukan oleh seorang siswa maka salah satu cara untuk menghilangkan tingkah laku itu adalah dengan hukuman. Selain itu, mengerjakan tugas sekolah adalah sebuah tingkah laku yang diharapkan, dan jika seorang siswa lalai dan tidak mengerjakan tugas sekolah maka agar siswa itu dapat menampilkan tingkah laku yang diharapkan maka hukuman adalah satu cara yang digunakan untuk mengatasinya

Hukuman diartikan sebagai salah satu tehnik yang diberikan bagi mereka yang melanggar dan harus mengandung makna edukatif, sebagaimana yang diungkapkan oleh Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakkir³⁵ misalnya, yang terlambat masuk sekolah diberi tugas untuk membersihkan halaman sekolah, yang tidak masuk kuliah diberi sanksi membuat paper. Sedangkan hukuman pukulan merupakan hukuman terakhir bilamana hukuman yang lain sudah tidak dapat diterapkan lagi. Hukuman tersebut dapat diterapkan bila anak didik telah

³⁵ Abdul Mujib, Jusuf Mudzakkir, Ilmu Pendidikan Islam (Jakarta: Kencana, 2006), hal. 206

beranjak usia 10 tahun, tidak membahayakan saraf orang peserta didik, serta menjadikan efek negatif yang berlebihan.

Pemberian hukuman merupakan metode pendidikan paling sensitif dan kompleks untuk mengubah perilaku seseorang. Tapi jika cara ini dilakukan secara keliru dan dalam situasi dan kondisi yang tidak tepat dan tidak sesuai kebutuhan, maka berdampak sebaliknya akan merusak dan berlawanan dengan tujuan dari hukuman itu. Sejatinya, hukuman seperti obat pahit yang harus diminum dengan dosis tepat sesuai takaran dan dalam kondisi yang tepat supaya memberikan efek penyembuhan bagi yang sakit.

Metode hukuman adalah jalan terakhir setelah metode lainnya ditempuh. Itu pun harus dilakukan dengan cara, kadar dan situasi yang tepat. Metode hukuman diambil setelah berbagai cara ganjaran seperti pujian, hadiah, pemahaman dan teguran dengan cara yang lembut telah dilakukan. Meskipun demikian, hukuman tetap penting, sebab ketika seseorang melakukan kesalahan dan tidak ada penghalang maupun pengendalinya, maka tidak akan ada yang mengingatkan perbaikan karakter, dan kesalahannya akan terulang kembali.

Prinsip ganjaran dan hukuman sebagai sesuatu yang penting dalam pendidikan Islam. Pada prinsipnya, ayat al-Qur'an dari sabda Rasulullah SAW mengenai pahala dan hukuman merupakan bagian dari pendidikan manusia. Dalam al-Qur'an surat al-Baqarah ayat 25, Allah SWT berfirman,

وَبَشِّرِ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ كُلَّمَا رُزِقُوا مِنْهَا مِنْ ثَمَرَةٍ رِزْقًا قَالُوا هَذَا الَّذِي رُزِقْنَا مِنْ قَبْلُ وَأُتُوا بِهِ مُتَشَابِهًا وَلَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَهُمْ فِيهَا خَالِدُونَ

“dan sampaikanlah berita gembira kepada mereka yang beriman dan berbuat baik, bahwa bagi mereka disediakan surgasurga yang mengalir sungai-sungai di dalamnya. Setiap mereka diberi rezki buah-buahan dalam surga-surga itu, mereka mengatakan : "Inilah yang pernah diberikan kepada Kami dahulu." mereka diberi buah-buahan yang serupa dan untuk mereka di dalamnya ada isteri-isteri yang suci dan mereka kekal di dalamnya.”

Untuk mendorong orang-orang mukmin berbuat kebaikan di dunia, al-Quran memberikan gambaran tentang surga di akhirat kelak sebagai ganjaran bagi orang yang beriman dan beramal saleh di dunia ini. Maksudnya Allah hendak memberikan pemahaman mengenai penghormatan terhadap mukmin supaya mereka melakukan amal saleh. Oleh karena itu, Allah swt berfirman: orang-orang mukmin memiliki kedudukan tinggi sehingga membuat orang-orang kafir iri, dengan itu kebenaran janji Allah bisa dipahami lebih baik dan lebih jelas.

Dari ayat di atas kita dapat mengetahui bahwa dengan adanya punishment (hukuman), maka terpeliharalah kehidupan manusia. Sebab orang akan lebih berhati-hati dalam melakukan sesuatu. Dalam dunia pendidikan juga

menerapkan punishment (hukuman) tidak lain hanyalah untuk memperbaiki tingkah laku siswa untuk menjadi lebih baik. Punishment (hukuman) di sini sebagai alat pendidikan untuk memperbaiki pelanggaran yang dilakukan siswa bukan untuk balas dendam

3. Macam-Macam *Punishment*

Pada bagian ini peneliti akan membahas tentang macam-macam punishment (hukuman) yang diberikan, disini ada beberapa pendapat mengenai macam-macam punishment (hukuman) adalah sebagai berikut:

- a. *Punishment* (hukuman) preventif, yaitu punishment (hukuman) yang dilakukan dengan maksud agar tidak atau jangan terjadi pelanggaran. Punishment (hukuman) ini bermaksud untuk mencegah jangan sampai terjadi pelanggaran sehingga hal itu dilakukannya sebelum pelanggaran dilakukan. Adapun tujuan dari hukuman preventif ini adalah untuk menjaga agar hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu kelancaran dari proses pendidikan bisa dihindarkan.
- b. *Punishment* (hukuman) represif, yaitu punishment (hukuman) yang dilakukan oleh karena adanya pelanggaran, oleh adanya dosa yang telah diperbuat. Jadi, punishment (hukuman) ini dilakukan setelah terjadi pelanggaran atau kesalahan³⁶

³⁶ Ahmad Tafsir, Ilmu Pendidikan dalam Prespektif Islam, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), hal. 189

Pendapat lain tentang macam-macam punishment (hukuman) adalah pendapat Wiliam Stern membedakan tiga macam punishment (hukuman) yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak-anak yang menerima punishment (hukuman):

- 1) *Punishment* (hukuman) Asosiatif Umumnya, orang mengasosiasikan antara punishment (hukuman) dan kejahatan atau pelanggaran, antara penderitaan yang diakibatkan oleh punishment (hukuman) dengan perbuatan pelanggaran yang dilakukan. Untuk menyingkirkan perasaan tidak enak (hukum) itu, biasanya orang atau anak menjauhi perbuatan yang tidak baik atau yang dilarang
- 2) *Punishment* (hukuman) Logis *Punishment* (hukuman) ini dipergunakan terhadap anak-anak yang telah agak besar. Dengan *punishment* (hukuman) ini, anak mengerti bahwa *punishment* (hukuman) itu adalah akibat yang logis dari pekerjaan atau perbuatannya yang tidak baik.
- 3) *Punishment* (hukuman) Normatif

Punishment (hukuman) normatif adalah *punishment* (hukuman) yang bermaksud memperbaiki moral anak-anak. *Punishment* (hukuman) ini dilakukan terhadap pelanggaranpelanggaran mengenai norma-norma etika, seperti berdusta, menipu, dan mencuri. Jadi, *punishment* (hukuman) normatif sangat erat hubungannya dengan pembentukan watak anakanak. Dengan hubungan ini, pendidik berusaha mempengaruhi kata hati anak,

menginsafkan anak terhadap perbuatannya yang salah, dan memperkuat kemauannya untuk selalu berbuat baik dan menghindari kejahatan

Di samping pembagian seperti tersebut di atas, punishment (hukuman) itu dapat dibedakan seperti berikut ini:

1) *Punishment* (hukuman) Alam

Ahli pendidikan yang menganjurkan punishment (hukuman) ini ialah J.J. Rousseau. Menurut Rousseau, anak-anak ketika dilahirkan adalah suci, bersih dari segala noda dan kejahatan. Adapun yang menyebabkan rusaknya anak itu ialah masyarakat manusia itu sendiri. Maka dari itu, Rousseau menganjurkan supaya anak-anak dididik menurut alamnya. Demikian pula mengenai punishment (hukuman) Rousseau menganjurkan “hukum alam”. Biarlah alam yang menghukum anak itu. Tetapi, ditinjau secara pedagogis, punishment (hukuman) alam itu tidak mendidik. Dengan punishment (hukuman) alam saja anak tidak dapat mengetahui norma-norma etika-mana yang baik dan mana yang buruk, mana yang boleh dan harus diperbuat dan yang tidak. Anak tidak dapat berkembang sendiri ke arah yang sesuai dengan cita-cita dan tujuan pendidikan yang sebenarnya. Lagi pula, *punishment* (hukuman) alam itu sangat membahayakan anak, bahkan kadang-kadang membinasakannya.

2) *Punishment* (hukuman) yang di sengaja

Punishment (hukuman) ini sebagai lawan dari punishment (hukuman) alam. *Punishment* (hukuman) macam ini dilakukan dengan sengaja dan bertujuan. Sebagai contoh ialah punishment (hukuman) yang dilakukan oleh si pendidik terhadap siswanya, punishment (hukuman) yang dijatuhkan oleh seorang hakim kepada si terdakwa atau pelanggar. Sedangkan menurut Alisuf Sabri, bentuk-bentuk punishment diantaranya:

- 1) Punishment badan, yaitu yang dikenakan terhadap badan seperti pukulan.
- 2) Punishment perasaan seperti ejekan bagi siswa yang melanggar, dipermalukan, dan dimaki.
- 3) Punishment intelektual, yaitu siswa diberikan kegiatan tertentu sebagai punishment dengan pertimbangan kegiatan tersebut dapat membawanya ke arah perbaikan.

Selain itu, menurut Ny. Roestiyah N.K. macam-macam cara menghukum antara lain:

- 1) Hukuman Jasmaniah, seperti menyakiti dan menyuruh berdiri.
- 2) Hukuman Rohaniah, seperti membuat anak malu, mengasingkan anak, menyuruh mengulangi pekerjaan, menulis kalimat-kalimat, memindah tempat duduk, menahan anak, menakut-nakuti, menyuruh pulang, menyadarkan, mengeluarkan dari kelas/sekolah

Dari macam-macam punishment (hukuman) yang telah disebutkan di atas dimaksudkan untuk memperbaiki perbuatan siswa yang salah menjadi baik. Namun, punishment (hukuman) badan yang membahayakan bagi siswa tidak sepatutnya diberikan dalam dunia pendidikan, karena punishment (hukuman) semacam ini tidak mendorong siswa untuk berbuat sesuai dengan kesadarannya. Sehingga siswa trauma maka siswa tidak akan mau untuk belajar bahkan akan minta berhenti dari sekolah.

4. Tujuan Punishment (hukuman)

Tujuan merupakan salah satu faktor yang harus ada dalam setiap aktifitas, karena aktifitas yang tanpa tujuan tidak mempunyai arti apa-apa, dan akan menimbulkan kerugian serta kesia-siaan. Sehubungan dengan punishment (hukuman) yang dijatuhkan kepada siswa, maka tujuan yang ingin dicapai sesekali bukanlah untuk menyakiti atau untuk menjaga kehormatan guru atau sebaliknya agar guru itu ditaati oleh siswa, akan tetapi tujuan punishment (hukuman) yang sebenarnya adalah sebagai alat pendidikan di mana hukuman yang diberikan justru dapat mendidik dan menyadarkan peserta didik. Apabila setelah mendapatkan hukuman, peserta didik tidak sadar, sebaiknya tidak diberikan hukuman, sebab misi dan maksud hukuman bagaimanapun haruslah tercapai.

Ada beberapa ahli yang mengemukakan tentang tujuan dari pada punishment, diantaranya yaitu Ngalim Purwanto yang menyatakan bahwa

tujuan orang memberikan punishment itu sangat berkaitan dengan pendapat orang-orang mengenai teori punishment, seperti:

a. Teori Pembalasan

Teori ini yang tertua. Menurut teori ini, punishment diadakan sebagai pembalasan dendam terhadap pelanggaran yang telah dilakukan seseorang. Tentu saja teori ini tidak boleh dipakai dalam pendidikan di sekolah.

b. Teori Perbaikan

Menurut teori ini, punishment diadakan untuk membasmi kejahatan. Jadi asumsi ini ialah untuk memperbaiki si pelanggar agar jangan berbuat kesalahan semacam itu lagi.

c. Teori Perlindungan

Menurut teori ini, punishment diadakan untuk melindungi masyarakat dari perbuatan-perbuatan yang tidak wajar. Dengan adanya hukuman ini, masyarakat dapat dilindungi dari kejahatan-kejahatan yang telah dilakukan oleh si pelanggar.

d. Teori Ganti Kerugian

Menurut teori ini, punishment diadakan untuk menggantikan kerugian yang telah diderita akibat kejahatan-kejahatan atau pelanggaran itu. Punishment ini banyak dilakukan dalam masyarakat atau pemerintahan. Dalam proses pendidikan, teori ini masih belum cukup, sebab dengan punishment

semacam itu anak mungkin menjadi tidak merasa bersalah atau berdosa karena kesalahannya itu telah terbayar dengan punishment.

e. Teori Menakut-nakuti

Menurut teori ini, punishment diadakan untuk menimbulkan perasaan takut kepada si pelanggar akan akibat perbuatannya yang melanggar itu sehingga ia akan selalu takut melakukan perbuatan itu dan mau meninggalkannya³⁷

Sedangkan menurut Alisuf Sabri, tujuan pemberian punishment adalah sebagai berikut:

- 1) Memperbaiki kesalahan atau perbuatan anak didik.
- 2) Mengganti kerugian akibat perbuatan anak didik.
- 3) Melindungi masyarakat atau orang lain agar tidak meniru perbuatan yang salah.
- 4) Menjadikan anak didik takut mengulangi perbuatan yang salah.³⁸

Dari pendapat di atas, maka dapat dikemukakan, bahwa tujuan dari punishment itu adalah mencegah, mengoreksi, dan memberikan kesadaran kepada anak didik agar mereka memahami kesalahannya sekaligus memperbaikinya dan tidak mengulangnya di kemudian hari serta agar membuat anak didik berpikir lebih dewasa lagi.

Maksud guru memberi punishment (hukuman) itu bermacam macam, hal ini sangat erat hubungannya dengan pendapat orang tentang teori-teori

³⁷ M. Ngalim Purwanto, Psikologi Pendidikan, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2003), hal .187-188.

³⁸ Alisuf Sabri, Ilmu Pendidikan, (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1999), hal. 44.

punishment (hukuman), maka tujuan pemberian punishment (hukuman) berbeda-beda sesuai dengan teori punishment (hukuman) yang ada.

5. kelebihan dan kekurangan *punishment*

a. kelebihan punishment

Pendekatan hukuman dinilai memiliki kelebihan apabila dijalankan dengan benar yaitu:

- a) hukuman akan menjadikan perbaikan-perbaikan terhadap kesalahan peserta didik.
- b) Peserta didik tidak lagi melakukan kesalahan yang sama.
- c) Merasakan akibat perbuatannya sehingga ia akan menghormati dirinya.

b. kekurangan *punishment*

- a) akan mengakibatkan suasana rusuh, takut dan kurang percaya diri
- b) murid akan selalu merasa sempit hati, bersifat pemalas serta akan menyebabkan ia suka berbohong karena takut dihukum.
- c) Mengurangi keberanian anak untuk bertindak.

D. Kecanduan Samarphone

1. Pengertian Kecanduan

Kecanduan atau ketagihan adalah saat tubuh atau pikiran dengan parahnya menginginkan atau memerlukan sesuatu agar bekerja dengan baik. Istilah kecanduan awalnya digunakan terutama mengacu pada penggunaan obat-obatan dan alkohol yang eksekutif. Dalam beberapa tahun terakhir, istilah

tersebut meluas sehingga orang secara umum menyebut kecanduan pada perilaku merokok, makan, berbelanja, permainan internet, dan lain-lain.

Menurut Jares, Luna, & Medina, kecanduan adalah satu penyakit kronis yang tidak baik dan mengakibatkan perubahan penyesuaian diri pada psikologis dan fisiologis. Selanjutnya Young menyatakan bahwa kecanduan adalah suatu yang dapat menyebabkan kerugian pada diri sendiri dan hilang kontrol, sehingga bermasalah dengan hubungan sosial, keluarga, pendidikan dan pekerjaan³⁹

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa kecanduan akan berdampak terhadap diri sendiri dan hubungan dengan orang lain. Orang yang kecanduan terhadap sesuatu sering melupakan kebutuhan dirinya dan kepeduliannya terhadap lingkungan, begitu juga halnya dengan kecanduan media sosial.

2. Kriteria Perilaku Kecanduan Smartphone

Seseorang untuk disebut kecanduan pada internet, haruslah menunjukkan perilaku-perilaku tertentu. Dalam tulisannya, Young menyebutkan beberapa kriterium-kriterium kecanduan, yang digunakan untuk membedakan orang yang kecanduan pada internet dan yang tidak sampai kecanduan. Kriteria tersebut adalah :

³⁹ Hadiarni, *Psikopatologi Akibat Kecanduan Smartphone Dan Bimbingan Konseling Islami Sebagai Alternatif Solusi. (On-line)*, tersedia di: <http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/proceedings/article/view/553/549> hlm 342 (Minggu 25 Februari 2018)

- a. merasa senang dengan *smartphone*.
- b. perlu waktu tambahan dalam mencapai kepuasan sewaktu menggunakan media sosial.
- c. kurang mampu mengontrol, mengurangi, dan menghentikan penggunaan media sosial.
- d. merasa gelisah, murung, depresi, dan kurang stabil secara emosi (marah) ketika berusaha mengurangi atau menghentikan penggunaan *smartphone*.⁴⁰

Menurut Young pengguna internet atau *smartphone* dibagi menjadi dua yaitu *Non Dependent* dan *Dependent*. Yang dimaksud dengan *Non Dependent* ialah penggunaan secara normal, penggunaanya sebagai wadah untuk mendapatkan informasi dan untuk menjaga hubungan yang sudah terjalin dan terbentuk lama melalui komunikasi elektronik. Sedangkan *Dependent* ialah penggunaan internet yang adiktif atau tidak normal, penggunaannya yang berupa komunikasi dua arah untuk bertemu, bersosialisasi, dan bertukar ide dengan orang-orang yang baru dikenal melalui internet. Untuk penggunaan waktunya *Non dependent* menggunakan *smartphone* antara 4 sampai 5 jam per minggu dan *Dependent* menggunakan internet antara 20 hingga 80 jam per minggu dengan 2 jam per sesi online sehari⁴¹

⁴⁰ Ibid.h. 78

⁴¹ Herdiana dkk., "*Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet*". Indonesian Psychological Journal Vol.1 No. 1 Januari 2004:6-16. h.7

3. Jenis-jenis perilaku kecanduan permainan internet

Seseorang dikatakan kecanduan apabila memenuhi minimal tiga dari enam jenis diungkapkan oleh Brown dikutip dalam Faried, jenis-jenis perilaku tersebut adalah:

a. Salience adalah menunjukkan dominasi aktivitas bermain permainan internet dalam pikiran dan tingkah laku.

1) Cognitive salience adalah dominasi aktivitas bermain permainan internet pada level pikiran.

2) Behavioral salience adalah dominasi aktivitas bermain permainan pada tingkah laku.

b. Euphoria adalah mendapatkan kesenangan dalam aktivitas bermain permainan internet

c. Conflict adalah pertentangan yang muncul antara orang yang kecanduan dengan orang-orang yang ada disekitarnya (external conflict) dan juga dengan dirinya sendiri (internal conflict) tentang tingkat dari tingkah laku yang berlebihan

1) Intrapersonal conflict (eksternal) : konflik yang terjadi dengan orang-orang yang ada disekitarnya.

2) Intrapersonal conflict (eksternal) : konflik yang terjadi dalam dirinya sendiri.

- d. Tolerance adalah aktivitas bermain permainan internet mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan.
- e. Windrawal adalah perasaan tidak menyenangkan ketika tidak melakukan aktivitas bermain permainan internet.
- f. Relapse and Reinstatement adalah kecenderungan untuk melakukan pengulangan terhadap pola-pola awal tingkah laku kecanduan atau bahkan lebih parah walaupun setelah bertahun tahun hilang dan dikontrol. Hal ini menunjukkan kecenderungan ketidak mampuan untuk berhenti secara utuh dari aktivitas bermain permainan internet.

3. Dampak Perilaku Kecanduan Permainan Internet

Menurut Rini terdapat empat dampak dari perilaku kecanduan permainan internet (media sosial) yakni terhadap kepribadian, kesehatan, pendidikan, keluarga dan masyarakat. Dampak-dampak tersebut antara lain :

1. Dampak terhadap kepribadian

- a. Suka mencuri. Banyak kasus yang terjadi dimana seseorang mencuri demi mendapatkan komputer yang diinginkan. Ada pula seseorang yang mengambil uang orang tuanya atau mengkorupsi uang jatah membeli buku pembelajaran dan membelanjakan uang itu untuk membeli permainan internet terbaru;
- b. Malas. Akibat kecanduan bermain permainan internet, seseorang menjadi sering lupa dengan kewajibannya, yaitu belajar, mengerjakan PR

(Pekerjaan Rumah), dan melakukan tugas rumah sehari-hari. Setelah lama bermain permainan internet, seseorang akan merasa penat dan capek sehingga tidak dapat melaksanakan tugasnya. Hal ini jika dibiarkan akan menjadi kebiasaan, dan seseorang menjadi malas dalam segala hal;

c. Suka bolos sekolah. Sering seseorang atau anak bolos sekolah dan pergi ke tempat permainan internet bersama teman-temannya. Perilaku menyimpang ini tentu saja mengakibatkan anak ketinggalan pelajaran. Banyak anak 19 sepulang sekolah dengan masih mengenakan seragam sekolahnya, langsung beramai-ramai mengunjungi warnet favoritnya untuk bermain permainan internet;

d. Suka berbohong. Sikap seseorang yang suka berbohong biasanya terkait dengan kegemarannya bermain permainan internet. Seorang anak cenderung untuk berbohong demi dapat bermain permainan internet, misalnya berbohong sudah mengerjakan PR (Pekerjaan Rumah), berbohong bahwa ia tadi masuk sekolah padahal membolos;

e. Kurang bergaul. Akibat keseringan bermain permainan internet. Seseorang akan menjadi jarang bergaul karena hubungan dengan teman dan keluarga menjadi renggang akibat waktu bersama mereka yang jauh berkurang. Apalagi jika seseorang kecanduan permainan internet, hingga pergaulan mereka hanya di permainan internet saja. Maka dari itu, pergaulannya dengan teman-teman dan lingkungan pergaulan nyata menjadi tidak ada;

- f. Menjadi agresif. Kekerasan dalam permainan internet menimbulkan perilaku agresif pada anak-anak dan remaja. Permainan internet tersebut tidak langsung berdampak pada orang-orang dewasa pelaku pembunuhan, tetapi pengaruhnya sedikit demi sedikit tertanam pada si pelaku sejak masih anak-anak.

2. Dampak terhadap kesehatan

- a. Saraf mata dan otak, serta kesehatan jantung akan menurun;
- b. Berat badan menurun akibat lupa makan dan minum karena keasyikan bermain permainan internet;
- c. Karena banyak duduk dalam waktu yang lama, lambung dan ginjal bisa rusak;
- d. Kalau bermain permainan internet sambil ngemil, kemungkinan besar badan akan meningkat;
- e. RSI adalah istilah untuk menyebutkan cedera fisik berulang-ulang dan dapat menyebabkan kecacatan, misalnya pegal dan nyeri tulang belakang yang bisa membuat bentuk tulang belakang tidak proposional;
- f. Kerusakan mata. Biasanya seseorang yang gemar bermain permainan internet adalah orang yang mengenakan kacamata. Sinar biru pada layar monitor komputer atau laptop dapat menyebabkan kerusakan pada mata, yaitu mengikis lutein pada mata sehingga mengakibatkan pandangan kabur degenerasi makula. Bermain permainan internet yang terlalu dekat

dengan layar monitor komputer juga bisa menyebabkan mata minus rabun jauh (miopi), sehingga seseorang memerlukan kacamata minus;

- g. Epilepsi (ayan). Beberapa penelitian melaporkan bahwa kilatan-kilatan cahaya dengan pola tertentu pada permainan internet dapat memicu penyakit epilepsi atau ayan, terutama pada penderita yang berpotensi terkena penyakit itu.

3. Dampak terhadap pendidikan

- a. Anak akan melakukan berbagai cara demi bisa bermain permainan internet, mulai dari berbohong, mencuri, dan bolos sekolah;
- b. Anak-anak terbiasa berinteraksi satu arah dengan komputer akan menjadikan anak tersebut tertutup sehingga sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata. Anak-anak seperti ini akan kurang bisa bergaul dengan teman-temannya di sekolah sehingga cenderung menemukan kesulitan saat belajar berkelompok di sekolah;
- c. Anak yang kecanduan permainan internet akan sulit berkonsentrasi pada pelajaran di sekolah karena pikirannya menjadi terus menerus tertuju pada permainan internet yang sedang ia mainkan;
- d. Anak-anak yang kecanduan permainan internet akan menjadi cuek, acuh tak acuh dan kurang peduli terhadap kewajibannya sebagai anak sekolah. Ia tidak peduli terhadap Prnya, target prestasi yang harus diraih, dan bahkan jadwal ulangan hariannya.

4. Dampak terhadap Keluarga dan Masyarakat

- a. Sering bermain permainan internet membuat anak menjadi lebih agresif dan kurang memahami perasaan orang lain;
- b. Gemar bermain permainan internet menyebabkan anak-anak mengalami kenaikan adrenalin. Adrenalin yang memuncak, marah, sambil berteriak-teriak dan mencaci kerap ditemukan saat anak-anak sedang bermain permainan internet. Jika hal ini dibiarkan, anak-anak akan kerap bertindak kasar seperti itu terhadap anak-anak yang lain di dalam keluarga atau masyarakat sekitar;
- c. Anak-anak menjadi malas beradaptasi dengan lingkungan jika menghabiskan waktunya berlama-lama di depan komputer untuk bermain permainan internet;
- d. Anak-anak yang gemar bermain permainan internet umumnya akan suka melawan orang tuanya bila dilarang untuk bermain. Anak-anak yang sudah terpengaruh dengan permainan internet agar bisa cepat emosi sehingga mudah menyakiti teman-teman seusianya atau pun adiknya yang lebih kecil⁴²

⁴² Santoso, *Perilaku Kecanduan Permainan Internet & Faktor Penyebabnya Pada Siswa Kelas VIII Di SMP N 1 Jatisrono Kabupaten Wonogiri*, (On-Line), Tersedia di: <http://lib.unnes.ac.id/17403/1/1301408036.pdf> (Rabu, 14 Maret 2018) h.17

4. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Kecanduan Smartphone

Smart mengemukakan bahwa seseorang suka bermain permainan internet (*Smartphone*) dikarenakan sudah terbiasa bermain melebihi waktu dan beberapa faktor yang menyebabkan seseorang kecanduan permainan internet (*Smartphone*) adalah sebagai berikut :

- a. Kurang perhatian dari orang-orang terdekat. Beberapa orang berfikir bahwa mereka dianggap ada jika mereka mampu menguasai keadaan. Mereka merasa bahagia jika mendapatkan perhatian dari orang-orang terdekatnya, terutama ayah dan ibu. Dalam rangka mendapatkan perhatian, seseorang akan berperilaku yang tidak menyenangkan hati orang tuanya. Karena dengan berbuat demikian, maka orang tua akan memperingatkan dan mengawasinya;
- b. Depresi. Beberapa orang menggunakan media untuk menghilangkan rasa depresinya, diantaranya dengan bermain game online. Dan dengan rasa nikmat yang ditawarkan game online, maka lama kelamaan akan menjadi kecanduan;
- c. Kurang kontrol. Orang tua dengan memanjakan anak dengan fasilitas, efek kecanduan sangat mungkin terjadi. Anak yang tidak terkontrol biasanya akan berperilaku over;
- d. Kurang kegiatan. Menganggur adalah kegiatan yang tidak menyenangkan. Dengan tidak adanya kegiatan maka bermain game online sering dijadikan pelarian yang dicari;

e. Lingkungan. Perilaku seseorang tidak hanya terbentuk dari dalam keluarga.

Saat di sekolah, bermain dengan teman teman itu juga dapat membentuk perilaku seseorang. Artinya meskipun seseorang tidak dikenalkan terhadap game online di rumah, maka seseorang akan kenal dengan game online karena pergaulannya;

f. Pola Asuh. Pola asuh orang tua juga sangat penting bagi perilaku seseorang.

Maka, sejak dini orang tua harus berhati-hati dalam mengasuh anaknya. Karena kekeliruan dalam pola asuh maka suatu saat anak akan meniru perilaku orang tuanya.

E. Penelitian Yang Relevan

Untuk mendukung penelitian ini, maka dikemukakan penelitian terdahulu penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini, yaitu:

1. Wahyuni Elisabet, dengan judul ” Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Pengurangan Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII-8 SMP Negeri 2 Delitua Tahun Ajaran 2016/2017” Data pre-test diperoleh rata-rata 112,5 sedangkan setelah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku (post-test) dieproleh rata-rata 72,5. Ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik kontrak perilaku

terhadap pengurangan perilaku agresif siswa kelas VIII-8 SMP Negeri 2 Delitua Tahun Ajaran 2016/2017.⁴³

2. Ovila Priska Dewi yang berjudul Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behaviour Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Di Smk Kawung 2 Surabaya berdasarkan hasil stabilitas subyek RL,FD,FS,OA pada fase baseline (A) 0% dan fase intervensi 0%. Sedangkan pada subyek SM pada fase baseline (A) 0% dan pada fase intervensi 0.5%. Jadi karena presentase tidak mencapai 85%-90% yaitu 4 subyek 0% dan 1 subyek 0.5% maka diperoleh hasil tidak stabil atau variabel. Sedangkan hasil analisis dari level perubahan, subyek RL membaik (+), subyek FD (=), subyek FS (+), subyek OA (+) dan subyek SM (=). Dengan demikian menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan teknik behavior contract dapat menurunkan perilaku membolos siswa di SMK Kawung 2 Surabaya.⁴⁴
3. Penelitian selanjutnya yaitu penelitian dari Marti Yoan Tutiona yang berjudul “Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa Smp Negeri 6 Palu⁴⁵
4. Penelitian tentang Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Behavior Contract Dalam Mengurangi Penyalahgunaan Smartphone Siswa Kelas Xi

⁴³ Wahyuni Elisabet, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Kontrak Perilaku Terhadap Pengurangan Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII-8 SMP Negeri 2 Delitua Tahun Ajaran 2016/2017” (Skripsi Mahasiswa BK Universitas Negeri Medan 2017), hlm 81

⁴⁴ Ovila Priska Dewi, Op.cit h. 165

⁴⁵ Marti Yoan Tutiona dkk., “Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa Smp Negeri 6 Palu”. Jurnal Konseling & Psikoedukasi Vol.1 No. 1 Juni 2016. h.69

Jurusan Administrasi Perkantoran (Ap) SMK Negeri 2 Palu oleh Astriana Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulak Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah apakah penyalahgunaan smartphone siswa sesudah mengikuti layanan konseling kelompok teknik behavior contract lebih rendah dibanding sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik behavior contract. Tujuan utama penelitian adalah menjelaskan pengaruh konseling kelompok teknik behavior contract dalam mengurangi penyalahgunaan smartphone siswa kelas XI jurusan administrasi perkantoran SMK Negeri 2 Palu.

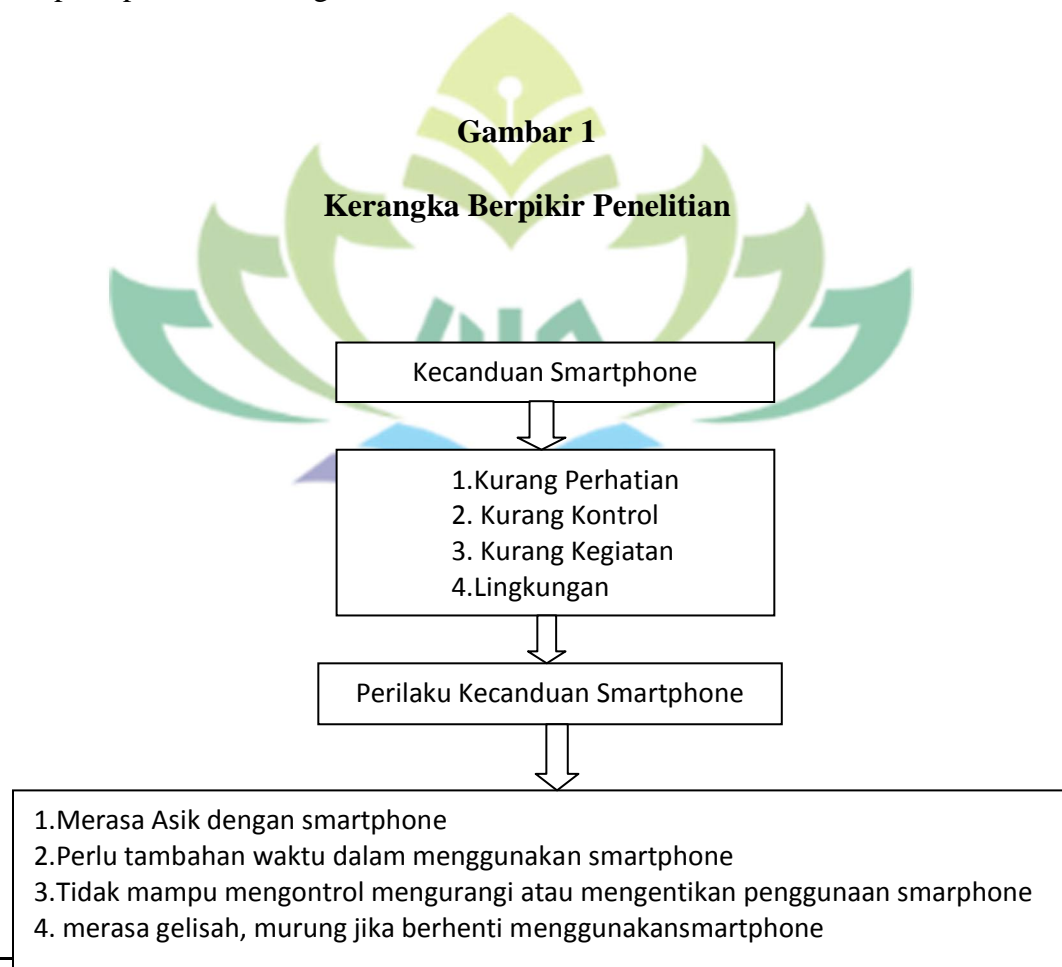
5. Penelitian tentang Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Teknik Kontrol Diri Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas X Tkr SMK Muhammadiyah 6 Rogojampi oleh Khusnul Khotimah Fakultas Keguruan Ilmu dan Pendidikan, Universitas PGRI Banyuwangi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan behavioral teknik kontrol diri untuk mengurangi kecanduan game online pada siswa SMK Muhammadiyah 6 Rogojampi kelas X TKR.

F. Kerangka Berpikir

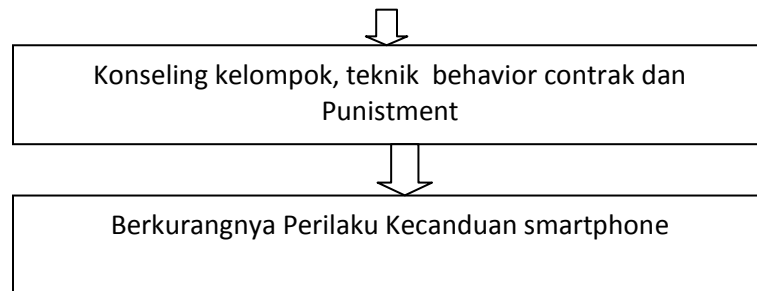
Menurut Sugiyono, “Kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah

dideskripsikan”.⁴⁶ Kerangka berpikir dalam penelitian ini bahwa konseling behavior contract diharapkan dapat mengurangi perilaku kecanduan media sosial pada peserta didik. Sesuai dengan salah satu tujuan konseling behavior contract yaitu dapat mengurangi perilaku maladaptive.

Jadi kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah bahwa konseling behavior contract dapat mengurangi perilaku kecanduan media sosial dan meningkatkan perilaku yang diharapkan. Berikut digambarkan alur kerangka berpikir penelitian sebagai berikut :



⁴⁶ Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D), Alfabeta, Bandung, 2009, hlm 60



G. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan pengertian tersebut hipotesis adalah jawaban sementara yang kebenarannya masih harus dibuktikan/diuji kebenarannya. Hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a). Hipotesis nol (H_0) diartikan sebagai tidak adanya perbedaan antara ukuran populasi dengan ukuran sampel. Sementara yang dimaksud hipotesis alternatif (H_a) adalah hipotesis yang menunjukkan adanya perbedaan antara populasi dengan data sampel.

Dimana:

H_0 = Konseling Kelompok dengan Teknik behavior contract dan Punishment tidak dapat mengatasi kecanduan smartphone peserta didik.

H_a = Konseling Kelompok dengan Teknik behavior contract dan Punishment dapat mengatasi kecanduan smartphone peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, Chairul. *Teori-Teori Pendidikan*, Yogyakarta: IRCiSoD, 2017
- Anwar, Moh.Khoerul, "Pembelajaran Mendalam untuk Membentuk Karakter Siswa sebagai Pembelajar". *Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah*. h.97-104
- Arif Hanafi, Laila Maharani "Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik Behavior Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Di Kelas Viii Smp Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018" Skripsi Mahasiswa BK UIN Raden Intan Lampung 2017
- Bradley T. Erford, *40 Teknik yang harus diketahui setiap konselor*, Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2015
- DEPAG "Al-Quran Dan Terjemahannya", Bandung: Dipenogoro, 2012
- Gazda dalam Prayitno dan Amti, "Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling" Jakarta: Rineka Cipta, 2004
- Nurihsan, Achmad Juntika. "Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar belakang", Bandung: Rafika Adiantama, 2007 Prayitno Erman amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, 2009.
- Priska Dewi, Ovila. "Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Behaviour Contract Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Di Smk Kawung 2 Surabaya", *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling*, Vol. 1 No. 1 2013
- Septi Wahyuni, "Peningkatan Kedisiplinan Siswa Di Sekolah Melalui Teknik Kontrak Perilaku Pada Anak Kelompok B Di Tk Aba Pakis Dlingo", Skripsi Mahasiswa BK, 2016
- Sharsimi Arikunto, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis", Jakarta, Rineka Cipta, 2010
- Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif", Kualitatif dan R&D, Alfabeta, Bandung, 2009
- Sukardi, Dewa Ketut. "Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah", Jakarta: Rineka Cipta, 2008